

給食だより 令和元年5月号

練馬区立中村中学校
校長 大石 光宏
栄養士 鳥羽田 裕美

新年度が始まり、一ヶ月がたちました。新しい生活にも慣れてきた頃でしょうか。大型連休から学校生活への切り替えがスムーズにできるよう、朝ごはんをしっかりと食べて1日のスタートを切りましょう。



「早寝早起き朝ごはん」
運動シンボルマーク

==== 🍷 毎日食べよう朝ごはん 🍷 =====



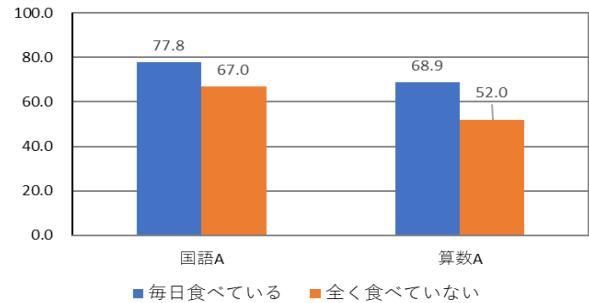
脳のエネルギー源はブドウ糖です。
脳は寝ている間も活動しているため、朝食で「ごはん」や「パン」を取ることで再び元気に動き出すことができます。
すなわち、その人自身のエネルギーにつながり、学習意欲や集中力をアップさせます。

朝ごはんに関する興味深い調査結果があります。

H30年度 朝食摂取状況別学力調査結果 (中学3年生)

朝ごはんを「毎日食べる」生徒は、「全く食べない」生徒より学力テストの成績が勝っているといった結果が出ています。

平均正答率%



(文部科学省 H30年度全国学力・学習状況調査より)

朝から元気に学校生活を送るため、朝ごはんを食べて1日をスタートさせましょう。

～給食費についてのお知らせ～

給食費の初回引き落としは、2・3年生は5月20日(月)、1年生は6月20日(木)です。
納入方法につきましては、教材費と併せて引き落としになります。詳細は、先日配布いたしました「学校納付金のお知らせ」をご覧ください。
お手数ですが、前日までの入金をお願いいたします。

給食当番の白衣について

生徒は、順番で給食当番を行います。
当番の最終日にエプロン、テーブルクロスをご家庭に持ち帰りますので、お洗濯をお願いいたします



給食食材産地(4月分)

野菜…北海道、青森、静岡、群馬、栃木
茨城、埼玉、千葉、東京、神奈川、長野、
愛知、鹿児島、高知、長崎、徳島
魚類…岩手、宮崎、ノルウェー、韓国
肉類…群馬、埼玉、宮崎